

PSYCHIATRIE/PSYCHOLOGIE

Die unterschätzte Kraft des Schnurrens

 Schweiz am Wochenende - Ausgabe national | 10.01.2026

Beilage "Wochenende - Kultur & Leben"

Pferde und Hunde werden schon länger als Therapietiere eingesetzt. Taugen auch Katzen dafür? Schliesslich sind sie kaum dressierbar. Wir haben den eigenwilligen Kater Jonas bei der Arbeit besucht.

Deborah Stoffel

«Zuletzt war er gar nicht motiviert», sagt Gisela van der Weijden. «Mal schauen, wie er heute drauf ist.» Van der Weijden ist Therapeutin im Rehab Basel, einer Klinik für Menschen mit Querschnittlähmung oder Störungen des Nervensystems, und das Phlegma, von dem sie spricht, ist Jonas, ihre Therapiekatze.

Für ihn hat sie heute eine Leckerli-Paste organisiert. Der Patient ist noch nicht da, also stellt sie ein paar der anderen Tiere vor: die Ziege Babette, das Schwein Fredy und die Hühner. Alle zusammen wohnen im Tiergarten der Rehaklinik.

Dann trifft Dario S. (Name geändert) ein. Er grüsst per Handschlag, lächelt und schiebt seinen Rollstuhl unter dem Absperrband durch, das den Tieren etwas Ruhe garantiert. Vorsichtig öffnet van der Weijden die Türe zum Therapieraum. «Alles gut, er liegt im Körbchen», sagt sie. Jonas beobachtet alles durch halb geöffnete Augen.

Das Geschenk der Tiere: Bewegung und Lebensmut

Dario S. ist 28 Jahre alt, seit drei Jahren sitzt er im Rollstuhl. Über den Grund möchte er nicht reden. Er ist seit vergangenem Oktober zum zweiten Mal im Rehab. Hier will er sich noch einmal auf das Leben zu Hause vorbereiten, auf einen Alltag mit weniger Unterstützung.

Während der Therapie steht Dario. Möglich macht das eine Konstruktion, die ein bisschen wie ein Stehpult aussieht. Seine Beine werden von hinten und vorne gestützt. «Mit der Katze vergesse ich, dass es anstrengend ist, zu stehen», sagt er. «Es geht dann wie von alleine.»

Der Kater ist noch total verschlafen. Er kuschelt sich an Darios Unterarme, reibt den Kopf an seiner Hand und schnurrt. «So verschmust war er glaubs noch nie», sagt Dario und lächelt. «Er schaut so müde aus, wie ich mich fühle.» Jonas ist so entspannt, dass er beinahe vom Tisch fällt.

Weil es in der Therapie unter anderem darum geht, die Beweglichkeit des Patienten zu verbessern, muss Jonas dann aber doch etwas aktiver werden. Van der Weijden holt die Leckerli-Paste hervor – und sofort steht Jonas auf und streckt sich.

Jetzt haben beide etwas zu tun. Immer wenn Jonas den Ball am unteren Ende des Stabes mit der Nase berührt, bekommt er etwas von der Paste. So lockt Dario den Kater über den Tisch, durch einen Ring, auf ein Tabourettli. Dario streckt dabei den Oberkörper und seine Arme in verschiedene Richtungen. Es läuft

gut. Nur auf das eine Tabourettli will Jonas partout nicht steigen. Stattdessen konzentriert er sich auf die Hand mit der Paste. «Er lässt sich leicht ablenken», sagt van der Weijden.

Jonas war nicht immer eine Therapiekatze. Er kommt aus einem Tierheim in der Nähe und war anfangs nicht sehr daran interessiert, an Therapien mitzumachen, hat dann aber nach und nach in seine neue Rolle gefunden. «Es ist mit jedem Tier ein Ausprobieren», sagt van der Weijden.

Aber ergibt es überhaupt Sinn, eigenwillige und schwer dressierbare Tiere wie Katzen therapeutisch einzusetzen? Karin Hediger, Psychotherapeutin in Luzern, gehört zu denjenigen, die diese Frage klar bejahen. Im November hat sie mit zwei Kolleginnen das Buch «Dr. Katze» herausgegeben.

«Katzen werden unterschätzt», sagt Hediger. «Sie sind Brückenbauer in der Psychotherapie und können gut ihre Bedürfnisse ausdrücken.» Wenn sie die Patienten nicht begrüsst, keine Lust dazu hätten, drücke das eine Befindlichkeit aus. Daran könnten die Patientinnen und Patienten anknüpfen und sich ihrer eigenen Grenzen bewusst werden. «Ein solches Thema lässt sich wunderbar mit einer Katze anschauen, eben weil sie sehr selbstbestimmt ist», sagt Hediger.

Nicht jede Katze ist geeignet. «Katzen, die gerne mitmachen, sind oft sehr verschmuste Tiere.» Wesensmerkmale einer Therapiekatze seien Neugier und Offenheit. «Es ist zentral, dass man der Katze ansieht, dass sie das gerne macht», sagt Hediger. Sie verfolgt den sogenannten One-Health-Ansatz. Das heisst, die Therapie soll auch dem Tier einen Mehrwert bringen. Inwiefern kann man das sicherstellen? «Katzen haben in der Therapie ungeteilte Aufmerksamkeit, müssen Aufgaben lösen und können Beziehungen aufbauen », so Hediger. Auch würden sie spüren, dass sie jemandem helfen. Dann müsse die Katze auch trainiert werden. «Man kann ihr zum Beispiel Stressregulation beibringen, damit sie sich gezielt beruhigen kann – etwa durch tiefe Atemzüge, indem man es ihr vormacht.»

Das Training von Katzen sei anspruchsvoller als etwa das von Hunden, sagt Hediger. Hunde machten länger mit, auch wenn ihnen etwas nicht mehr zusagt. «Katzen lassen sich sehr schnell ablenken. Wenn sie keinen Sinn darin sehen, sind sie weg.»

In der Therapie könne das auch Frustration auslösen. Genau das sei aber spannend. «Wieso löst es beim Patienten Frust aus, wenn jemand anderes seinem Bedürfnis nachgeht? Wie ist das im Alltag, wenn jemand etwas anderes möchte als man selbst?» Auf diese Weise könne man Brücken schlagen vom Tier zur Lebenswelt der Patienten.

Muskulöse Männer und Meerschweinchen

Ein Vorteil der tiergestützten Therapie wirkt bei allen Tieren gleichermassen: die Umkehr der Zuständigkeiten. Während die Patienten sonst im Leben oft jene sind, um die man sich kümmert, sind sie es hier, die verantwortlich sind. Welches Tier zu einer Person passe, lasse sich nicht pauschal sagen, sagt van der Weijden. Sie schaut deshalb mit neuen Patienten bei allen Tieren vorbei und beobachtet die Reaktionen. «Ich wurde dabei schon überrascht, etwa wenn muskulöse Männer am besten auf Meerschweinchen ansprachen.»

Eine grosse Stärke von Katzen ist für van der Weijden das Schnurren. So sieht es auch Hediger. Die Wirkung des Schnurrens wird erforscht, etwa auf rheumatische Erkrankungen, Herzfrequenz und das Wohlbefinden, aber die Evidenz ist noch dünn.

Im Rehab Basel steht Dario unterdessen seit 40 Minuten auf seinen Beinen. Als er im Oktober in die Klinik kam, war jeweils nach 10 Minuten Schluss. «Unterdessen könnte ich fast unendlich lang stehen», sagt er, und man sieht ihm die Freude darüber an.

Gleich muss er weiter – in die nächste Therapie. Er gibt Jonas den Rest der Leckerlipaste und lacht, als der Kater weiter in seiner Hand sucht. «Die ist wirklich leer, Jonas.» Er setzt sich vorsichtig in den Rollstuhl, die Katze springt vom Tisch und schlüpft durch die Katzentür in die Kälte. Dario verabschiedet sich und rollt davon.



Kater Jonas ist nicht immer so anschmiegsam wie in dieser Therapiestunde. Bild: Deborah Stoffel